

2012年7月11日



## 変化の無い日常

GNH研究所 代表幹事 平山修一

『家に帰るといつものように子供が騒いでいる。そしてこれを妻が大きな声で叱っていてね・・・こうした光景を見るとほっとするんだよ』筆者の尊敬する福島県在住の人がこのように言っていた事を思い出す。

当時はこの意味するところが理解できず、変な事を言うものだと思った。しかし3.11以降、平凡な日常を過ごせること、今日もいつもの日常が肌で感じられることが如何に大事なことなのか身に染みて分かる。

日常に変化が無く時間が過ぎていく事、イコール現状維持だと認識している。現状維持という言葉は成長が無いとネガティブに捉えられがちである。だが、現状維持をする事にどれだけ労力や資源がかかるのか、これらはあまり考慮されない。

私たちは当たり前だと思っているものが実は多くの努力と多くの人のモラルによって支えられているという事をあまり認識していない。多くの公共交通機関などその極みである。また、毎日新鮮な食材が

市場やコンビニで売られているのを私たちは当たり前のように思っている。

日本が如何にすぐれているかは海外に出ると実感として分かる。公共交通を使って時間通りに物事を進ませるのは至難の業である。だから人々は自家用車を多用する、この方が確実だからだ。多くの途上国では公共交通は貧困層の生活の足であり、時間通りに来る来ないのレベルではなく、あるかないかの世界に存在している。

また外からの見かけは変化がないように見えても、その新陳代謝や改善は日々行われている。私たちの身体もそうであるかのように、一つのシステムはその維持の為には日々のメンテナンスは欠かせない。そういう地道な努力があつてこそ社会インフラ基盤が安定できるのである。

このように考えると一概に【変化が無い=改善されていない】とは同義ではない事が理解できる。この【変化が無いこと】をポジティブに捉える感覚が今の定常化社会に求められているものの一つであろう。

# コラム① バーンタオ村へ、ようこそ。

By 谷田貝良成

六朝時代の中国の詩人・陶淵明に、こんな詩があります。『昔欲居南村 非為ト其宅 聞多素心人 樂興數晨夕』。意識をすると、「ここ南村に住みたいと思ったのは、方角を占ったからでなく、ここには心の素朴な人がたくさんいると聞いたから。そんな人たちと、朝夕ずっと一緒に居たいと思ったから…」という意味になるそうです。この句には続きがあって、「そうして、念願叶って、今日、越してきた。自分の住む家はそう広い必要はない。座れて寝れば、それでよい。隣人たちがよく訪ねてきてくれて、いろんなことをよく語りあう。良い詩歌があれば、一緒に愛でる。知りたいことがあれば、共に学ぶ…（原文省略。意訳）」

こんな村がタイにあります。豊かな「自然」に囲まれた環境で、タイの「文化」に触れ、「仏法」を生活の旨とするタイの人たちと交流し、健常者も、障がいをお持ちの方も、健康とはどういうことか？幸福とはどういうことか？共に学び、共に五感で体験できる…そんな村がタイにあります。その村の名前は「バーンタオ村」。タイ語でバーンは家、タオは亀です。バーンタオで亀の家。スローライフ、長寿、人生の成功をイメージし、このように名づけられました…。このように、今から3年後、2015年に皆さんにこの場で報告したいと思います。

土地や建物といった目に見える場所は、まだありません。現在は上述したコンセプトに共感してくださった仲間、約60人が集い、村人としてバーチャルのコミュニティを形成しています。私が毎朝メールマガジンで活動報告を配信し、日本、タイ、世界各地に暮らす「村人」がFacebookなどでつながっています。

私自身は日頃、木炭を焼いて日本食料理屋に納めたり、障害をお持ちの方のタイでのリハビリ目的のロングステイのお手伝いをしています。時折、前回の当欄に登場した小田哲郎さんの活動の場所を訪ねる「足るを知る経済」を知る旅、バンコク近況で有機農法を実践する農場を訪ねる旅などを企画したりしています。ある日、「早く本当に目に見えるバーンタオ村を作らなくちゃイケナイ…」と焦る私に、バンコク在住の60

代の女性村人が「もうすでにバーンタオ村はあるじゃない。私たち村人の心の中にはちゃんとバーンタオ村は見えていますよ…」とおっしゃってくださいました。

私達GNH研のHPには、冒頭、以下の問いかけがあります。「GNH理論を我々の実社会でどのように活かすか」「どうすれば幸福感あふれる社会で暮らすことが出来るか」そして「ブータンという枠に捕らわれず、そして具体的に」と…。私は、GNH理論とタイの国王陛下が提唱された「足るを知る経済」はとても親和性が高いと考えています。まずは、バーンタオ村というコミュニティに向けて、上述したタイでの活動を「具体的」に紹介し、参加してもらい、「ライフスタイルの変容」を提言していくつもりです。

ファーストフードで象徴されるように、早いこと、便利なことが良しとされているグローバリズムの時代に生きている私たち。ゆったりとした時間の流れるここタイ王国で、ウサギのように駆けつづけて来た今までの生き方を見直してみよう、人生をリセットしてみましよう…。

「<ゆっくり>は美しい スピードに象徴され、環境を破壊しつづける現代社会は、誰にとっても生きにくい。それとは異なるライフ・スタイルを求めて、さまざまな場所で模索し、考える人々の言葉に耳を澄ます。<遅さ>という大切なものを再発見する…」（平凡社刊『スロー・イズ・ビューティフルー遅さとしての文化』から）

そのような気づきのあるコミュニティを育て、いざ、目に見える場所、「バーンタオ村」を創造したいと思っています。

本書で紹介されていた詩をひとつ。

『なぜわれわれは、じぶんでない人生を忙しく生きなければならないか？ ゆっくりと生きなくてはいけない。空が言った。木が言った。風も言った。』（長田弘「人生の短さとゆたかさ」より）

“心の素朴な人がたくさんいる”という南村、バーンタオ村へ、ようこそ。



谷田貝良成（やたがいよしなり）

GNH研究所 研究員

在タイ24年。「健康こそ幸福の基盤」という信念のもと、人を元気に、幸福にする会社を運営しています。座右の銘は「知恵は借りる、借りれない体は鍛える。」です。

## コラム② 心地よく過ごせる社会に向けて

By 小島有紀子

皆さんは、「四朋獣図（しほうじゅうず）」というブータンに古くから伝わる絵をご存じだろうか。象の上に猿、その上に兎、そして一番上に鳥がのっており、鳥が木の実を収穫しようとしている絵である。種を蒔いてから、皆が協力し合った結果、木の実がなることを表しており、この絵を通じて、「年齢や社会的地位など立場の違う人々がお互いを尊重し、助け合うことによって、平和や幸せがもたらされる」ということが説かれているようである。

私は、2008年の年末に初めてブータンを訪れる機会があり、現地の方からこの「四朋獣図」の掛け軸をいただいた。眺めているととても癒される絵で、込められた意味も含めて大変気に入っている。ブータンでは、役所や宗教施設の役割を果たしているゾン（城）などをはじめとして、多くの場所でこの絵を目にすることができ、ブータンの人々にとっても親しまれている様子がうかがえる。

私は、この絵にはGNHのエッセンスが凝縮されているように感じている。ブータン政府の提唱するGNHとは、「国民が幸せを追求できるよう政府が社会環境を整える」というものである。

国民一人一人が幸せを感じて生活するためには、もちろん政府の役割はとても大きいですが、「四朋獣図」に表されているように、個人レベルに於いても一人一人が思いやりを持ち、お互いに助け合っていくという姿勢が大切であると思う。なぜなら、どんなに小さなことであっても、人からの思いやりある配慮を受けた時にはとても嬉しく感じ、自分も配慮したいという気持ちになるし、何よりも、多くの人が「人との繋がりを通して幸福感を得ている」という事実があるからである。

例えば、歯科医院に通っていた時のことだが、とても心に残っている場面がある。治療を終えて帰る際、閉まりそうになったエレベーターに乗ろうとする私を「開」ボタンを押して待っていてくれた小さな男の子（4歳ぐらい）がいた。もしかしたら興味本位でボタンを押していただけなのかもしれない

が、私にはそのことがとても嬉しく、その日1日、とても気分が良かったことを覚えている。他者を思いやる気持ちを忘れずに、それを素直に表すことのできる人が増えてくれば、どのような環境にいても皆が心地よく過ごせるし、そういった良い循環が自然とできて徐々に広がり、心地よく過ごすことのできる社会が実現していくのだと思う。

「何だか気恥ずかしくて、なかなか行動ができない」という人が多いかもしれない。しかし、勇気を出して、自分にできる範囲で、まずは小さな種を蒔いてみては如何だろうか。小さな種が、やがて大きな実を結ぶことになるかもしれない。



小島 有紀子（こじま ゆきこ）

GNH研究所 研究員

東京事務局担当。商社勤務、元ブータン担当（現在はサウジアラビア担当）。初渡航を機に、GNHに関心を持つ。夢は、ブータン中を旅して各地の生活に触れること。



東京定例会合におけるワールドカフェの様子。

## 東京定例会合報告 2012年6月30日開催

文責 須藤伸（GNH研究所 東京事務局）

### ●会合概要

- ・日時 2012年6月30日（土） 10:00～13:00
- ・場所 JICA 地球ひろば（東京・広尾）

### ●内容

初めに、公益財団法人荒川区自治総合研究所 森田修康研究員による、「荒川区民総幸福度 (GAH) ～誰もが幸福を実感できる地域社会を目指して～」と題する講話が行われた。その概要は以下の通りであった。

荒川区では、区民の幸福度を高めることこそが基礎自治体の目指すべき目標と考え、「区政は区民を幸せにするシステムである」というドメイン（事業領域）を設定している。荒川区民総幸福度 (GAH) を区の基本構想に定める6つの都市像ごとに指標化することにより、施策が住民の幸福増進にどれだけ寄与できるか測ることが可能であると考えている。GAHの向上に向けた具体的な取り組みとして、スクールソーシャルワーカーの配置や学校図書の実装を通して、子供の安全・貧困対策を計ることや、健康増進のために区内の飲食店と協力して「あらかわ満点メニュー」を開発している。そのほかにも就労支援や地域活動のサポート等を通じて、不幸を感じる人を減らしていくような事業を展開している。

成果として、平成23年に実施した荒川区の世論調査で72.7%の区民が幸せと回答しており、GAHの検討会に参加した区職員が区民の幸福を意識して仕

事に取り組むようになった。その一方で、GAHの指標をいかにして政策の評価や実施に結び付けるか、また、少数の不幸な人をどのように把握し、対処すべきかといった課題も残されている。

続いて、講話を受けて、ワールドカフェを行った。テーマは、以下の3つであった。①荒川区の試みの中で、自分が住んでいる自治体でも採用してほしいと思う取り組みは、何ですか。②自分が住んでいる街が“世界で一番幸福度が高い街”であった場合、幸福度の高さにつながっているのは、どのような要因だと思いますか。③“あたたかい地域づくり”に住民参加を促すために、必要な『仕掛け・仕組み』は何だと思いますか。

ワールドカフェの中では、「地域に共通する課題があることによつてつながりが強くなるのでは」という意見があった。例えば、私は北海道の出身だが、冬には近所の高齢者の雪かきをしてあげる家もあって、そういう困った課題を共有して解決していくことが感謝にもつながると感じた。「地域に共通する課題があるから、対話で共通項を見つけたり、解決策を見出すことができる。共通項を最初に見つけるプロセスが重要であり、そういう共通項があれば新しい関係が生まれやすくなるのではないか」といった意見が上がり、活発な議論が交わされた。

次回定例会合は、9～10月頃に開催予定。

# バンコクサロン報告 2012年1月14日開催

文責 平山修一（GNH研究所 代表幹事）

2011年9月以来、久しぶりにバンコクサロンの集まりを行いました。洪水の悲惨な体験を乗り越えたメンバーが集まり旧交を温めると同時に新メンバーの方とも和やかなムードであつという間の4時間を過ごしました。

2012年1月14日 AM10:00～PM2:00、会場は BTSアソーク駅直結、パーソナルコンサルタンツ社2階の会議室をお借りしました。いつも無償でお待ちしております。

サロンでのワークは、1.アイスブレイク（組み分け：朝起きた順番）、グループ対抗ゼスチャー合戦、から始まって、2.積極的傾聴による自己紹介、休憩を挟んで、3.ワールドカフェを用いたディスカッション、4.今日の振り返り、といった流れで行いました。

グループゼスチャーではチームスヌーパーとチームチャーリーに別れ、久しぶりに子供のような気持ちに成りました。無言でも自然と誰かがリーダーシップを発揮し、誰もがちゃんと役割を果たしているその様は非常に興味深いものでした。

ワールドカフェのワークでは【今回のタイの洪水や日本の震災など大災害を体験したときに垣間見えたそれぞれの社会の良い所】について話し合い、次に【その社会のよい所を今後日本にどのように活かしたらよいのか】のお題で意見交換をしました。そして最後の振り返りでは【GNH研バンコクサロンでは今後何をしていきたいか】について意見交換を行い、様々な意見が交換されました。

タイ人の災害だろうが何でも楽しもうという姿勢に共感した話や、まず行動を起す姿勢、また行動を起こしやすく、それを非難しない国民性についても多くの意見が出来ました。反面、計画性や責任力という点では日本のよさも垣間見られたと言う意見も多く出ました。

災害をばねにより良い社会を作りたいという想いを参加者で共有し、今後の理想的な社会作りを行うには、やはり大人世代が自分なりの生き方の手本を若い世代に見せる必要があるとの意見も出ました。また若者の意見や考え、行動が起こしやすく、またそれを支援できるシステムも必要なのではという意見もありました。

【今回のアウトカムを次のワークに活かし、もっと深めたい】、【ファシリテティングの技術を学びたい】、【タイの学生を交えてワールドカフェを行いたい】、【スタディツアーに行きたい】など多くの意見が出ましたので、今後徐々に参加者が持ち回りでファシリテティング手法を学べるような場にしていきたいと思いました。

休憩時には小田さん特製の東北タイの無農薬玄米のおにぎりで空腹を癒しました。いつもありがとうございます。また平山の近著【GNH（国民総幸福）】の販売も行われ臨時サイン会も行われました。

※バンコクサロンは、不定期的（1～6ヶ月間隔）にタイ・バンコクにおいて開催しています。

バンコクサロンにおけるワークショップの様子。



## 掲示板

● GNH研究所の研究員が、よみうりカルチャースクール 川口センターに於いて、「ブータンのGNH（国民総幸福）を学ぶ ―幸福の国ブータン」と題する講座を開きます。以下、詳細です。

【日 時】 第2・4週 土曜日 15:30~17:00

【受講料】 3か月 6回 15,120円

【内 容】 昨年、国王夫婦が来日したことで注目を浴びたヒマラヤの王国ブータン。国民の幸せを中心としたGNH (国民総幸福：Gross National Happiness) というユニークな取り組みが話題になっています。そこで、ブータンの人々の暮らしや文化、観光事情などを、写真やスライドを使って紹介、GNHに関心を深めていきます。在日ブータン人との交流、民族衣装の紹介、お菓子の試食も楽しめます。※9/29は、第5土曜日です。

### 【テーマ】

07/14 ブータンと国民総幸福（齊藤光弘、藤原整）

07/28 日本とブータンを比較する（齊藤光弘）

08/11 ブータンの伝統的なくらし（山本けいこ）

08/25 ブータンの人々の考えを知る（須藤伸）

09/08 最新ブータン事情（藤原整）

09/29 (第5土曜) ワークショップ

### 【問合先】

よみうりカルチャー 川口センター 048-255-3085

<http://www.ync.ne.jp/kawaguchi/>

## 編集後記

● このたび、期せずして、上記講座で講師を務めさせていただくことになりました。GNHについても、ブータンについても、まだまだ学ぶことの多い若輩であることは承知した上で、「新しいブータン像、新しい幸福観」を、受講者のみなさんと共に探していきたいと考えています。（藤原整）



### GNH研究所 ニュースレター 第2号

発行元 GNH研究所（代表幹事：平山修一）

<http://www.gnh-study.com/>

発行日 2012年7月11日

編集者 高田忠典（GNH研究所 研究員）、藤原整（GNH研究所 研究員）

著者 平山修一（p.1,5）、谷田貝良成（p.2）、小島有紀子（p.3）、須藤伸（p.4）

写真 瀬畑陽介（p.1,6）、谷田貝良成（p.2）、小島有紀子（p.3）、須藤伸（p.4）、平山修一（p.5）

※全ての著作物および写真の著作権は、上記の方々に帰属しています。